

## LOS HECHOS:

Todos los niños merecen un hogar saludable. Los niños menores de 6 años son los más sensibles a los peligros en el hogar. Cuando los niños se meten cosas a la boca, pueden tragar polvo que puede ser muy peligroso. El polvo pudiera estar contaminado con plomo, especialmente cuando hay pintura en malas condiciones. El plomo es un veneno que puede dañar al cerebro, sistema nervioso, riñones, hígado y otros órganos. Hasta cantidades pequeñas pueden causar mala conducta y problemas en el aprendizaje.

En algunas ocasiones el polvo también puede causar problemas respiratorios y ataques de asma. El asma es la enfermedad crónica más común en los niños. Este folleto le ayudará a protegerse usted y a su familia.

## BUENAS NOTICIAS:

El envenenamiento con plomo se puede evitar. Usted puede mejorar el aire que sus niños respiran. Siguiendo los pasos en este folleto le ayudará a no exponer a su familia al plomo y a otros peligros contra la salud.

Los niños en familias de bajos ingresos pueden recibir chequeo médico gratis o abajo costo e incluso el examen de plomo. Para más información sobre cobertura médica gratis o bajo costo llame a los siguientes números:

Medi-Cal	1-888-747-1222
Healthy Families	1-800-880-5305
Healthy Kids	1-888-347-7855
CHDP	1-800-993-2437
Acceso para bebés y madres (AIM)	1-800-433-2611
Public/Private Partnership Program (PPP)	1-800-427-8700

## NUESTRA VISIÓN:

Tener ambientes saludables y libre de plomo para los niños

## DECLARACIÓN DE MISIÓN:

Prevenir el impacto adverso del envenenamiento por plomo en los niños del Condado de Los Angeles, a través de disminuir la incidencia de envenenamiento por plomo, y proveer ayuda comprensiva a los niños agobiados por plomo y a sus familias.



PROGRAMA DE PREVENCIÓN DEL  
ENVENENAMIENTO POR PLOMO EN LA NIÑEZ

1-800-LA-4-LEAD  
(1-800-524-5323)

[www.lapublichealth.org/lead](http://www.lapublichealth.org/lead)

## Mantenga su Casa Segura del Plomo y Saludable para sus Niños

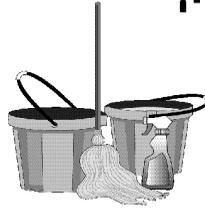


Pasos Sencillos a Seguir  
para Evitar Envenenamiento por  
Plomo y Ataques de Asma

# ¡Mantenga su Casa Segura del Plomo y Saludable para sus Niños!

## Al limpiar Su Casa:

1. Ponga el líquido limpiador en un atomizador y rocíe la superficie que va a limpiar.
2. Enjuague el trapeador ó el trapo de limpiar en agua limpia.
3. Exprima el trapeador en una segunda cubeta.
4. Cambie el agua sucia frecuentemente. Tire el agua sucia en el inodoro.
5. Enjuague el trapeador y séquelo al sol.



Lave las manos, cara, juguetes, chupones y mamilas de sus niños. Si trabaja en construcción, pintando o en una industria metalúrgica, báñese y cámbiese de ropa antes de ir a su casa. Lave su ropa de trabajo por separado.

Cubra **la tierra suelta** con pasto o con pedacitos de madera para el jardín, donde los niños juegan. Use un tapete y límpielo a menudo.

Evite estos remedios tradicionales, que son polvos normalmente de color, y otras fuentes de plomo como el Samovar (tarro) y Surma (sazonador o medicina): Alarcon, Albayalde, Azarcon, Bala Goli, Bokoor, Ceruse-Cerrusite, Coral, Ghasard, Greta, Kandú, Kohl, Liga, Maria Luisa, Pay-loo-ah, Rueda, Sattarang, Surmac (sazonador).

## Proteja A Sus Niños Durante Renovacion:

- \*Mueva camas y cunas lejos de **la pintura que se este pelando**.
- \*Cubra **la pintura dañada** con cinta en los marcos de las ventanas y las barandillas para que los niños no puedan morder la pintura.
- \*Tape **la pintura deteriorada** con papel de con tacto hasta poder hacer las reparaciones.

## Repare la pintura descarapelada:

- \*Limpie las áreas donde **la pintura esté dañada** con trapos mojados y pinte de nuevo.
- \***Nunca raspe, lije o queme pintura vieja.**
- \*Siempre moje la pintura antes de rasparla para evitar soltar el polvo de plomo.

## Contrate profesionales para:

- \*Trabajar en áreas grandes donde la pintura se está descarapelando.
- \*Reparar ventanas y puertas viejas.
- Nunca haga reparaciones usted mismo mientras los niños estén en casa.** Limpie muy bien antes de que los niños regresen.

Equipos para detectar el plomo, (que pueden comprarse en las ferreterías), puede probar la pintura en la superficie de:

- \*Persianas.
- \*Juguetes o Joyería importados.
- \*Cunas importadas o pintadas.
- \*Alfarería (particularmente la de colores brillantes).

## Examine la pintura y polvo de Plomo:

- \*En edificios construidos antes de 1979, Si esta pintura está descascarándose o se está pelando, asuma que es un riesgo de plomo

## Llame al 1-800-LA-4-LEAD Para:

- \*Obtener más información.
- \*Aprender como examinar la tierra y el polvo de plomo.
- \*Localizar contratistas con licencias especiales.

## Arregle Problemas De La Humedad:

**La pintura vieja que se esté descarapelando es la causa principal del envenenamiento por plomo.** La humedad también causa moho que puede provocar los ataques de asma.

### Repare

- \*Los techos dañados y los canales rotos.
- \*Las goteras.

### Seque

- \*Trapeadores mojados al sol.
- \*Sótanos mojados o húmedos.

Deseche materiales mojados o húmedos.

### Ventile hacia afuera

- \*El vapor del baño.
- \*El vapor de la cocina.
- \*La secadora de la ropa.

Mantenga el agua del desagüe lejos de los cimientos.

## Use la Alfarería Libre de Plomo:

Examine la alfarería pintada con colores brillantes y vajillas importadas antes de usar con comida.

## Hagale Un Examen Del Plomo A Sus Niños:

Pídale a su doctor una prueba de plomo para sus niños entre los 6 meses a los 6 años. Los exámenes son gratis para niños en los programas de Medi-Cal y CHDP. También los seguros privados cubren el costo del examen.

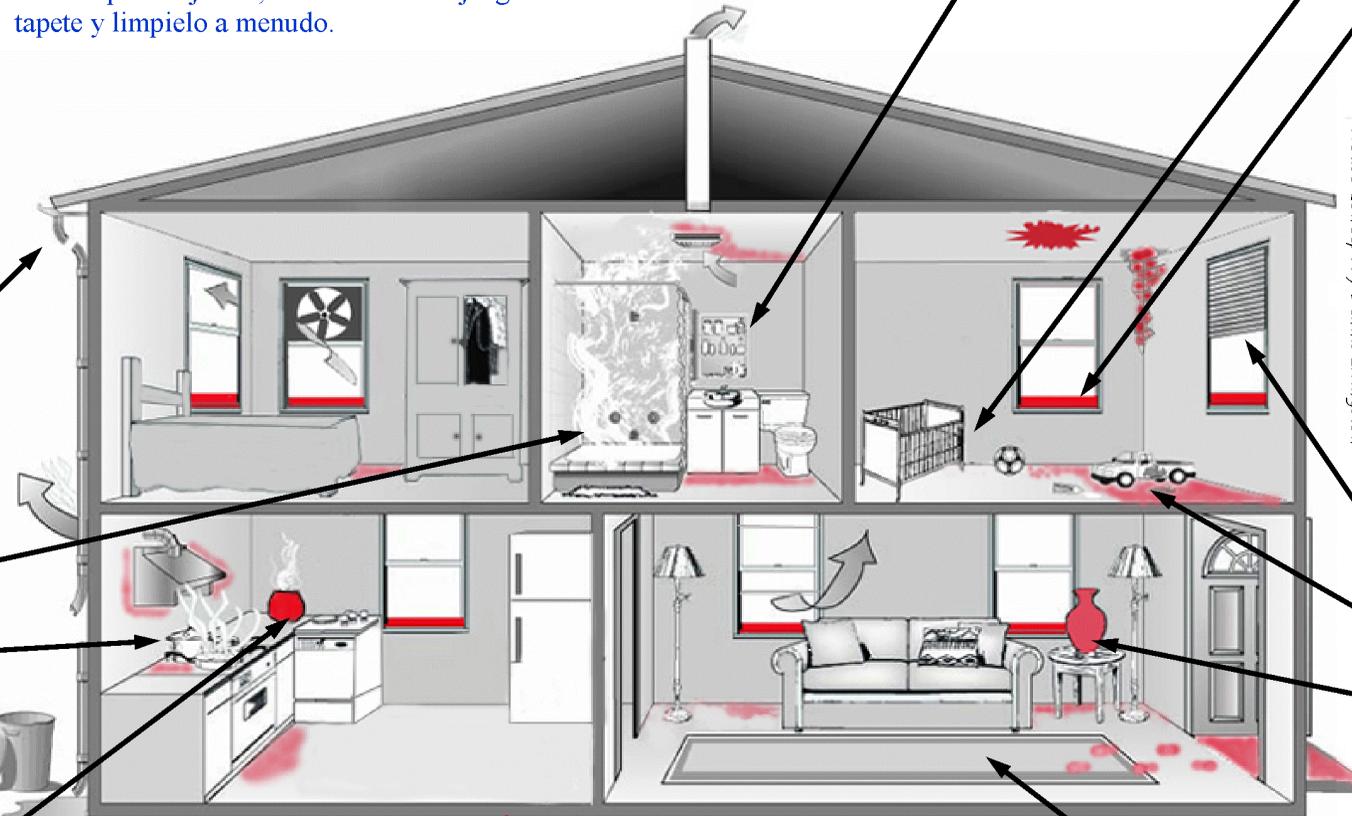
## Coma Comidas Saludables:

La buena nutrición ayuda a proteger a los niños del plomo

- \*Comidas altas en hierro (carnes bajas en grasa, pollo, hígado, frijoles, verduras, cereales y granos integrales).
- \*Comidas altas en calcio (leche, queso, yogurt, tofu, tortillas y verduras).
- \*Vitamina C (frutas).

## Mantenga Su Hogar Saludable:

- \*Cambie la alfombra por un piso liso facil de limpiar. (Consulte con el propietario antes de hacer renovaciones)
- \*Mantenga las superficies despejadas para una mejor limpieza.
- \*Lave la ropa de cama y toallas en agua caliente.
- \*Use cubiertas en las almohadas y colchones que protegen contra los acaros de polvo.



\* El color rojo de esta gráfica, indica que puede haber plomo en el lugar